№. 20. Waszawa 18 Maja 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5, półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5. Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń:

Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki 30 kop. Na innych stronicach 20 kop. Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.

Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Prenumerata „Kosmetyki" w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal. kwartalnie kor. 3.75 hal.

Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie.

Główne zastępstwo na Francję, Belgję i Niemcy: Société Générale de Publicité, Paryż, 12 Boulevard de Strasbourg.

O kosmetycznej wartości octów toaletowych.

Obok wody kolońskiej największem uznaniem cieszą się t. zw. octy toaletowe (Aceta aromatica, Vinaigres de toilette), które są dzisiaj bardzo rozpowszechnionym środkiem kosmetycznym i perfumeryjnym. Dzięki swojej lotności i zawartym w nich kwasom odznaczają się one własnościami odświeżającemi i chłodzącemi, posiadają prócz tego działanie dezynfekujące, to też niektóre z nich noszą słusznie nazwę: *Schönheitswasser*, *Eau de beauté*. Zdania lekarzy i chemików co do istotnej wartości tych kosmetyków nie zgadzają się: gdy jedni przypisują octom toaletowym bardzo dodatnie działanie — inni są zdania, iż zawarty w nich kwas octowy czyni naskórek lśniącym, twardym i usposabia do pękania, to też radzą zamiast octu stosować jako dodatek do mycia — wodę kolońską, która skórze nie szkodzi, lecz przeciwnie, pozbawia ją nawet nadmiaru tłuszczu. Wiadomo jednak, iż wyskok, (zwłaszcza mocny) stanowiący podstawę wody kolońskiej, zbyt często stosowany, staje się w końcu szkodliwym, gdyż odejmuje od skóry wilgoć i czyni ją suchą i szorstką. Każda rzecz, nawet najdoskonalsza, ma obok dobrych stron i swoje złe. Octy toaletowe są również jak i woda kolońska bardzo pożyteczne, lecz mają swoje ścisłe wskazania kosmetyczne; użyte niewłaściwie — rzecz prosta — mogą zamiast korzyści wyrządzić szkodę, to też pragnę podać kilka wskazówek w przedmiocie stosowania tych kosmetyków.

Ażeby zrozumieć należycie działanie octów toaletowych na cerę, należy poznać dokładnie ich skład chemiczny.

Otóż wszystkie octy toaletowe (mam na myśli wyroby dobre, niezafałszowane) zawierają jako najważniejszą część składową kwasy (najczęściej kwas octowy). Jakże działa na cerę kwas? Kwas **skoncentrowany** ścina białko, odbiera wodę od tkanek, utlenia je i przyżega na mniejszej lub większej przestrzeni i głębokości. Na miejscu zniszczonych tkanek powstają, wskutek połączenia części składowych tkanek z kwasami, i reakcji zapalnej — strupy i blizny. O tem należy dobrze pamiętać zwłaszcza przy stosowaniu kwasów skoncentrowanych na twarzy.

Inaczej działa kwas **w rozcieńczeniu**. Przedewszystkiem wypada zaznaczyć jego działanie *dezynfekcyjne*, któremu zawdzięczamy wpływ zapobiegawczy przy skłonności cery do różnych wykwitów, naprzykład pryszczy. Następnie, dodatnie działanie rozcieńczonego kwasu objawia się w znikaniu plam czerwonych po pryszczach, uporczywie przez dłuższy czas utrzymujących się na skórze.

Pozatem kwas rozcieńczony *odtłuszcza* skórę, wysusza naskórek, który niekiedy staje się nawet zupełnie szorstkim i kruchym; przy częstem i długotrwałem użyciu powoduje uczucie palenia i zaczerwienienie skóry, stosowany natomiast przez czas bardzo krótki potęguje jędrność skóry i zwęża powierzchowne naczynia jej—inaczej mówiąc, działa *przeciwzapalnie*. Prócz tego kwas rozcieńczony zmniejsza wydzieliny z gruczołów potnych, wstrzymuje rozkład tych wydzielin i połączony z tem przykry zapach — słowem działa *wysuszająco i przeciwgnilnie*.

Prócz kwasów rozcieńczonych octy toaletowe zawierają również olejki eteryczne lotne, żywicę benzoesową, balsam peruwiański i t. d. Wszystkie te składniki posiadają mniejszą lub większą wartość kosmetyczną, naprz. benzoes i kamfora *wybielają* cerę i działają *przeciwzapalnie*; rozmaryn działa na cerę tonicznie i orzeźwiająco, prawdopodobnie dlatego, iż należy do rodziny t. zw. wargowatych (Labiatae), odznaczających się temi własnościami; stąd utarło się mniemanie, jakoby osoby, używające stale octów toaletowych z zawartością rozmarynu, miały się odznaczać t. zw. „wieczną młodością". Trudno orzec, o ile mniemanie to jest słuszne, gdyż działanie orzeźwiające można przypisać zarówno olejkowi rozmarynowemu jakoteż spirytusowi, a być może, iż obydwa wymienione składniki do tego się przyczyniają.

Streszczając wszystko, co się wyżej rzekło, dochodzimy do wniosków następujących:

1) Dodatnio działają na cerę octy toaletowe tylko w dobrych gatunkach, to znaczy, przyrządzone z dobrego rozcieńczonego octu, spirytusu w najlepszym gatunku, świeżych niezafałszowanych olejków i ze składników nieszkodliwych, t. j. nie zawierających metali.

2) Octy toaletowe należy stosować oględnie i nie nadużywać ich.

3) Użycie octu toaletowego wskazanem jest w przypadkach następujących: a) *przy cerze bladej*, (na miednicę wody — dodaje się łyżeczkę octu toaletowego, przyrządzonego na wodzie kolońskiej); *b)* przy *normalnej czerwoności* (rumieńcach) na miednicę gorącej wody — łyżeczka octu toaletowego zwykłego; *c)* przy *czerwoności chorobliwej* (zżółceniach, opaleniźnie) na miednicę wody gorącej — łyżeczka octu toaletowego z dodatkiem żywicy benzoesowej, kamfory lub balsamu peruwiańskiego.

4) Octy toaletowe przy umiarkowanem i właściwem użyciu wzmacniają skórę.

5) Octy toaletowe preciwwskazane są w wypadkach *suchej i zwiędłej skóry.*

Ponieważ woda kolońska ma własności bardzo zbliżone do octu toaletowego, więc nasuwa się pytanie: który z tych dwu preparatów jest lepszy. Otóż doświadczenie poucza, iż dla blondynek, których cera jest zazwyczaj delikatniejszą, lepiej nadaje się ocet toaletowy, dla brunetek natomiast— woda kolońska.

Na innem miejscu podam ocenę będących w obiegu różnych octów toaletowych krajowych i zagranicznych. Niektóre z nich są tanie i dobre. Podaję kilka przepisów na doskonałe octy toaletowe, które przyrządzi dobrze i niedrogo każdy aptekarz.

Rp.
Aquae Coloniens. 300,0
Acidi acetici conc. 15,0
S. Vinaigre de Cologne.

Rp.
Alcoholi 100,0
Acet. arom. conc. 3,0
Resinae Benzoës 7,5
Bals. peruv. 3,0
T-rae Neroli 0,1
„ Nuc. moschi 0,2
S. Vinaigre cosmétique.

Rp.
Acidi acetici 60,0
T-rae lavand. 1,0
„ Rosmar. 0,5
„ Caryophyll. 0,3
Camphorae 5,0
S. Vinaigre aromatique.

Rp.
Aceti vini 100,0
Spirit. vini 50,0
Benzoes 3,0
Ol. lavand. 1,0
Caryophyll. 0,5
T-rae Cynnam. 5,0
S. Vinaigre hygiénique (préservatif).

Rp.
Aceti vini 100,0
T-rae arom.
„ Cinnam. $\overline{a}$ 5,0
Ol. Rosmarini
„ Juniperi
„ Citri $\overline{a}$ 0,1
„ Thymi 0,2
„ Caryoph. 0,5
S. Vinaigre de toilette.

Rp.
Aceti vini 150,0
Spir. vini 50,0
Olei Rosae 0,3
S. Vinaigre à la rose.

Dr. H. Zamenhof.

Uwagi na czasie.

(Rady i wskazówki praktyczne).

Niezadługo opuścimy duszną atmosferę, jaką przesycone są miasta w miesiącach letnich, i udamy się do zdrojowisk, aby zaczerpnąć świeżych sił i energii do dalszej, denerwującej walki życiowej. Uważamy tedy chwilę obecną za stosowną do uświadomienia czytelników w kwestyi uchronienia urody przed wpływami, na jakie podczas podróży i w miejscu pobytu mogliby być narażeni.

Zaczniemy od *włosów.* Najczęściej słyszymy skargi na wypadanie włosów po powrocie z pobytu letniego. Wyda się to zjawisko dziwnem czytelnikom, gdyż właściwie w pokrzepionym organizmie powinny wszelkie funkcye fizyologiczne odbywać się normalnie. Tak byłoby w istocie, gdyby hygienę stosowano wszechstronnie, a nie ograniczano się wyłącznie do przebywania na wolnem powietrzu i stosowania zaleconych kąpieli. Warunki hygieniczne pobudzają w pierwszym rzędzie organizm do żywej przemiany materyi, czego następstwem obfitsza bywa wydzielina tłuszczu z gruczołów skóry głowy. Tłuszcz ten ulega łatwo jełczeniu pod wpływem gorąca upalnych dni lata, z powodu czego zadraźnia się skóra, co sprowadza obfite nieraz wypadanie włosów. Jeśli nadto uwzględnimy zanieczyszczenie skóry pyłem, osiadłym podczas podróży i zmieszanym z tłuszczem w jednolitą niemal masę, uniemożliwiającą wszelką transpiracyę, zrozumiemy, że w takich warunkach musi równowaga fizyologiczna się zachwiać.

Wynika stąd jasno wskazanie częstego mycia *skóry* głowy, czem niewątpliwie zapobiegnie się przy-

krym niespodziankom. Chcąc uniknąć wytworzenia się na skórze i włosach masy z tłuszczu i pyłu, należy przed wyjazdem starannie wymyć głowę i włosy, a łatwo będzie wyczesać z suchych włosów pył za pomocą szczotki. Bardziej dbałym o hygienę radzimy wyszamponować skórę i włosy—po przybyciu do miejsca pobytu — proszkiem do szamponowania (n. .p. „Shampoon z czarną głową“, lub „Sanaderma“).

Jakkolwiek jesteśmy przeciwnikami natłuszczania włosów w warunkach normalnych, uważamy wyjątkowo zabieg ten za racyonalny, gdy włosy pozostają pod działaniem bezpośredniem promieni słońca. Natenczas bowiem uchronimy włosy przed spłowieniem, które występuje najczęściej w postaci rdzawych smug na włosach.

Natłuszcza się atoli w takich razach — po uczesaniu się tylko zewnątrz położone włosy i to najkorzystniej płynną parafiną. U osób, z natury już skłonnych do zmian barwika we włosach, zalecamy maść niżej podaną,która wstrzymuje energiczniej chemiczne części promieni słońca, aniżeli parafina.

Rp.
Chinini sulf. 1,0
Olei olivar. quant. sat.
Vasel. alb. amer. 25,0
M. f. ung. S. Przeciw płowieniu włosów od słońca.

W jednej z poprzednich prac wyłuszczyliśmy niekorzystny wpływ częstego „krótkiego“ ścinania włosów, atoli zaznaczyliśmy, że jednorazowe ostrzyżenie zupełne włosów, o ile chodzi o staranne pielęgnowanie skóry, celem usunięcia pewnych przypadłości, lub z innych powodów, mających hygienę na celu, byłoby wcale wskazane. Porą, nadającą się do ostrzyżenia włosów u chłopców i dorosłych mężczyzn, jest czas letniego odpoczynku. Wówczas bowiem wolni jesteśmy od zajęć, a zatem możemy częściej myć głowę i pokrzepiać ją nacieraniami za pomocą odpowiednich płynów, jużto dla usunięcia łupieżu, jużto dla energiczniejszego pobudzenia cebulek do rozwoju. Do zupełnego ścięcia włosów skłania nas również zwiększona wydzielina tłuszczu i potu w porze gorącej, zwłaszaza u chłopców używających do syta ruchu podczas wakacyj, po wyzwoleniu się z kajdan niewoli szkolnej. W normalnych warunkach wystarczy mycie głowy gorącą wodą i mydłem zwyczajnem dwa razy w tygodniu, przy skłonności natomiast do wydzieliny tłuszczu w każdej postaci, należy myć co drugi dzień w gorącej wodzie i mydłem od łupieżu, wcierając długo i starannie pianę mydła w skórę. Trud ten sowicie wynagrodzi efekt wzmocnionej skóry, zdolnej do rozrostu normalnych włosów.

Wypada nam na tem miejscu ostrzedz wyjeżdżających za granicę, aby ograniczyli swoją łatwowierność do reklamowanych preparatów na wzmocnienie i porost włosów. Radzimy zaopatrzyć się w swojskie wyroby, nieszkodliwe i wypróbowane, w które obfitują nasze poważniejsze firmy dostatecznie. Wśród powodzi reklamowanych środków znajdą czytelnicy środek szumnie reklamowany w ostatnich czasach na porost włosów pod nazwą: „Ipeknollen“. Ma to być—zdaniem fabrykanta—„kalifornijska roślina o własnościach włosotwórczych“, atoli okazało się, że owe rzekome Ipeknollen są to nasze swojskie korzenie łopianowe, które nie mają znaczenia w lecznictwie. Zwrócić winniśmy uwagę na ogłaszany przyrząd „Energos“ do faradyzacyi włosów. Nie możemy faradyzacyi odmówić skuteczności w przypadkach marnego porostu, jak niemniej w razie wypadania włosów, atoli siła prądu wzmiankowanego przyrządu jest tak minimalna, ($1^1/_2$ Milliampére), że działanie jego równa się czesaniu zwykłym grzebieniem. Niechaj powyższe przykłady posłużą czytelnikom na dowód, iż nie każdy przez reklamę wychwalany środek jest istotnie tem, czem bujna wyobraźnia fabrykanta go uczyniła.

Tyle na razie o włosach, a obecnie poświęcimy kilka uwag pielęgnowaniu cery.

Przed podróżą radzimy wytrzeć twarz amerykańską wazeliną i zostawić ledwie dostrzegalną warstewkę, którą przysypać należy pudrem mitinowym. Zdziwi czytelnika nasze odstępstwo od zasad ścisłej hygieny, ale krótki czas podróży z jednej, a możność zapobieżenia tym sposobem wpływom szkodliwym z drugiej strony, uprawnia nas do powyższej wskazówki. W ten sposób uchronimy skórę przed pyłem węglowym, który wnika głęboko w pory i od mycia wcale nie ustępuje. Pył ten i kurz osiada na warstwie pudru i tłuszczu, który z łatwością daje się zdjąć, gdy wycieramy twarz watą zwilżoną w oliwie. Po skończonej zatem podróży, względnie podczas przerw, nie należy wpierw myć twarzy, zanim nie wytarło się jej oliwą. Watę należy często zmieniać, aby przypadkiem nie wetrzeć nieczystości w pory. Po podróży w dniach gorących bywa skóra zwykle rozgrzana, wobec czego radzimy—po wytarciu twarzy oliwą—zmyć ją gorącą wodą i mydłem neutralnem, poczem ochłodzić ją zimną. Skutki tych procedur obserwowaliśmy na towarzyszkach podróży, których świeżość twarzy zacierała wszelkie ślady znużenia.

Godne jest zaznaczenia, że zdanie, jakoby opalenizna twarzy miała wpływ zdrowotny na cały organizm, jest mylne. Powierzchnia skóry twarzy w stosunku do całego ciała jest tak nieznaczna, a ujemny wpływ promieni światła na cerę tak znamienny, że raczej chronić należy twarz przed działaniem słońca, aniżeli ją niszczyć dla minimalnych zaledwie korzyści zdrowotnych. Twarz zatem należy chronić, a ciało poddawać zbawiennym wpływom światła słonecznego.

Szerokie kapelusze, woalki koloru brunatnego z odcieniem wpadającym w ton ciepły, a zatem czerwonawy i niżej podany puder ochronią twarz przed nadmierną opalenizną, mogącą cerze zaszkodzić.

Rp.
Natrii bicarb. 5,0
Chinini sulf. 1,0
Talci venet. 20,0

Amyli Oryzae 30,0
Olei Eucalypti 1,0
M. f. pulv. S. Puder przeciw opaleniźnie.

Puder ten winien być przez sito, używane przy fabrykacyi pudrów toaletowych, przesiany. Wybraliśmy ten skład pudru dlatego, ponieważ składniki w nim zawarte stanowią jednocześnie preparat, który odeprze ataki komarów, tych nieodstępnych towarzyszy letników, szczególnie płci pięknej, której pulchna i soczysta skóra nęci je do bolesnego pocałunku. Pudrem tym natrzeć należy również szyję i ręce, a u dzieci nóżki, które najbardziej narażone bywają na ukąszenia komarów.

Wiadomo, że jad komarów najłatwiej zobojętnić można amoniakiem, natomiast ślady po ukąszeniu ustępują szybko pod wpływem **Boroxylu**, którym wśród dnia kilkakrotnie wyciera się plamki czerwone.

Na tem zakończymy dzisiejsze uwagi, nadmieniając, iż pewne usterki w cerze, jak przyciemnienie, zgrubienie i t. d. są niemal koniecznem następstwem zmian atmosferycznych działania słońca i niektórych zabiegów leczniczych. Tem atoli martwić się nie należy gdyż one ustępują łatwo pod działaniem środków wybielających i wydelikacających.

Lecz o tem — po szczęśliwym powrocie czytelników do domu.

Dr. Luster.

Piotr Klejn.

KOSMETYKA ZĘBÓW i JAMY USTNEJ.

Czem należy płukać zęby i usta.

V.

(Dalszy ciąg). *)

Przedstawiwszy powyżej w krótkim przeglądzie własności oraz działanie środków lekarskich najwięcej będących w użyciu, a służących do płukania ust i zębów, przejdę teraz do rozpatrzenia t. z. gotowych eliksirów, szumnie w handlu zalecanych, bardzo często drogich, a mało właściwemu celowi odpowiadających. Jakim warunkom powinien odpowiadać płyn do płukania ust, wyłuszczyłem już obszernie na początku pracy niniejszej, tu tylko przytoczę w krótkości raz jeszcze rzeczone postulaty. Eliksir powinien być:

1) Nieszkodliwym i nietrującym;

*) Zob. № 8 — 1906 i №№ 5, 15 i 16. 1907.

2) Przeciwgnilnym i bakterjobójczym;

3) Posiadać odczyn obojętny lub słabo alkaliczny, nadto mieć winien:

4) Dobry smak i

5) Przyjemny zapach oraz

6) Pozostawiać uczucie odświeżające.

Wskaźnikiem więc dla nas przy wyborze eliksirów powinno być ich działanie i własności. Warunki te są dla nas dostępne, ma się rozumieć, wówczas tylko, gdy części składowe nie są dla nas tajemnicą. Niestety, pod tym względem grzeszy większość eliksirów; ze względów czysto konkurencyjnych fabrykanci trzymają w tajemnicy części składowe swoich wyrobów. Ile jest fabryk perfumeryjnych i aptek, tyle, conajmniej, jest na świecie eliksirów, każda bowiem uważa sobie za obowiązek i punkt honoru puścić w świat jakiś eliksir, rzadko kiedy troszcząc się o to, czy wytwór ich fantazji odpowiada istotnym zasadom nauki, t. j. nowoczesnym wymaganiom hygjeny i kosmetyki zębów i jamy ustnej. Eliksiry te mają zbyt, im więcej są reklamowane, i idą coraz dalej w świat wzbogacając kiesę i tak już wzbogaconych sąsiadów z za kordonu. Dźwignią ich powodzenia są przeważnie reklamy, wyszukany sposób opakowania i premja; na nie łożą oni całe fortuny. Co do reklam, to bezwarunkowo odnieść się należy względem nich sceptycznie, gdyż rzadko kiedy zalecane przez nie środki, służące do pielęgnowania ust i zębów, posiadają wszystkie te własności, jakie fabrykanci zachęcając obiecują. To tylko godzi się stwierdzić, że reklama powinna mówić mało, ale środek, jeśli jest dobry i uznany, sam za siebie przemawia. Zręczne opakowania, etykiety, flaszki są to, że tak powiem, struny, na których grają fabrykanci, wyzyskując psychologiczne własności mas co do wzroku, powonienia, smaku, przyzwyczajenia i t. d. Gdy i to niewystarcza, dodawane bywają premja i t. p., naprz. niektórzy fabrykanci — dodają broszury i szklankę reklamową. Jest to bodaj jedna z najgodniejszych i najkorzystniejszych form reklamowania.

Wobec niezwyklej ilości eliksirów, wypuszczonych na rynek kosmetyczny, trudno je, zaprawdę, wszystkie ująć, rozgatunkować, wyliczyć i omówić, ograniczę się więc do podania bardziej używanych i znanych podług nadanej im przez fabrykanta nazwy lub nazwiska autora, lub też podług głównego środka wchodzącego w skład płynu, przeznaczonego do płukania ust i zębów. Dla łatwiejszego orjentowania się podaję spis eliksirów i znanych przepisów w porządku abecadłowym. Umyślnie podałem tu wszystkie znane mi eliksiry, ażeby uważny czytelnik mógł się odnieść krytycznie i odróżnić szkodliwe od dobrych eliksirów. Te zaś z eliksirów, których nazwy w tym wykazie przeoczone i pominięte zostały, jak również i te, które się ukażą, obiecujemy w przyszłości od czasu do czasu podawać do wiadomości, pomieszczając przy każdym stosowny opis i ocenę krytyczną. Nadto w końcu każdego roku pomieszczać będziemy tablicę poglądową wszystkich znanych nam eliksirów z uwzględ-

nieniem przemysłu swojskiego. Mówiąc o swojskich środkach, służących do pielęgnowania ust i zębów, nie mogę nie wyrazić w tem miejscu cierpkiej uwagi pod adresem swojskich, zwłaszcza warszawskich, wytwórców eliksirów, którzy, za nielicznym zaledwie wyjątkiem, na zwróconą im propozycję udzielenia mi bliższych szczegółów i wyjawienia części składowych swoich eliksirów, odpowiedzieli milczeniem, lub też, że z przyczyn „współzawodnictwa" wyjawienia mi tajemnicy są zmuszeni odmówić; podczas gdy ich zagraniczni współzawodnicy, snać lepiej rozumiejacy swój interes, pośpieszyli sami, po ukazaniu się pierwszej części niniejszego artykułu, z przesyłką prób, wzorów i danemi z literatury w dziedzinie ich przemysłu. Ułatwienie więc sumiennym i rzetelnym wyrobom krajowym współzawodnictwa z zagranicą spotyka się z zacofaniem i zaporami przez krajowych wytwórców eliksirów stawianemi. Nic więc dziwnego, że zagranica nas dystansuje na każdem polu przemysłu. Nie będąc stronnikiem środków tajemnych, muszę stać na gruncie prawdy naukowej, dlategoteż nie mogę nikomu zalecać środków niezbadanych, i których części składowe są tajemnicą.

Przy wyborze eliksiru bądź już gotowego i będącego już w obiegu, bądź też takiego, który przyrządzić dajemy w aptece, powinniśmy się trzymać zasad, oprócz wymienionych, czysto naukowych, także i praktycznych następujących:

1) Im prostszy jest eliksir, t. j. im mniej wchodzi w jego skład środków, tem jest on skuteczniejszy, użyteczniejszy, no i bardzo często tańszy, albowiem im bardziej złożony jest eliksir, tem mniej przypada części jego składowych na każdą szklankę płukania, skutkiem czego eliksir traci na swoich własnościach, staje się tylko droższym, przyjemniejszym, barwniejszym i mile pachnącym.

2) Im więcej eliksir jest zabarwiony, tem bardziej go unikać należy.

3) Używać należy tylko takich eliksirów, których części składowe są znane i nieszkodliwe.

4) Raz na zawsze wyrzec się należy „patentowanych" eliksirów, gdyż one tylko tem się różnią od zwykłych, że są bardzo złożone, drogie, zwłaszcza zagraniczne, mają przyjemny smak i zapach, i za nielicznymi wyjątkami, są zabarwione. Co się zaś tyczy działania odkażającego, to bardzo często nie tylko, że ich działanie równa się zeru, ale, jak się szanowni czytelnicy z poniżej podanego wykazu przekonają, są niekiedy szkodliwe. Większość wynalazców patentowanych eliksirów ma na celu warunki czysto kosmetyczne, bez uwzględnienia hygieny, a przeto rozmijając się na tym punkcie, miast przynieść korzyść, szkodzą tylko konsumentowi. Jeżeli odnosi z eliksirów zagranicznych korzyść, to jednostronną — fabrykant, wzbogacając swoją kieszeń. Są, naturalnie i w rzędzie zagranicznych eliksirów udatne i celowi swemu odpowiadające, lecz dokładne stwierdzenie i sprawdzenie ich części składowych i ich dobroci jest wprost niedoścignione, nie mniej niedostępne stają się one przez swoją drożyznę. Mówiąc o zagranicznych eliksirach, muszę stwierdzić ten smutny fakt, że wyroby zagraniczne zyskują niestety łatwe rozpowszechnienie, dzięki pewnym uprzedzeniom odnośnie do krajowych przetworów, z większym lub mniejszym przeto uszczerbkiem dla naszego dobytku społecznego.

5) Praktycznie i jak dowiedziono z pożytkiem dla jamy ustnej jest *zmieniać* eliksiry, gdyż przy użyciu przez czas długi jednego płukania błona śluzowa staje się mniej odporną na działanie jego. Pozatem różnica i zmiana smakowa nęci—w myśl maksymy: *varietas delectat.*

Przy ocenianiu własności i zastosowania każdego poszczególnego eliksiru kierowałem się rozległemi badaniami bakterjologicznemi i klinicznemi wybitnych powag lekarskich w dziedzinie stomatologji, hygieny i kosmetyki, oraz własnemi spostrzeżeniami, opartemi na praktyce dentystycznej.

Przy znaku „MDS" co do sposobu użycia zazwyczaj kierować się należy wrażliwością błony śluzowej, i płukanie indywidualizować. I tak brać należy od $1/2$ do 1 łyżeczki na szklankę letniej przegotowanej wody, tam zaś, gdzie inne zachodzą warunki, t. j., gdy rozczyn jest mocny, lub zbyt słaby — sposób użycia jest wskazany.

(D. c. n.)

Odpowiedzi Redakcji.

Zosi blondynce. 1) Mydło neutralne i ciepła woda. 2) Jedynie elektrolizą radykalnie. 3) Puder mitinowy Jessnera.

Dr. L.

„Natrętnej". 1) Przy „nerce wędrującej" najlepsze wyniki daje leczenie ortopedyczne oraz elektryzacja. Należy nosić pas-gorset dobrze dopasowany; zrobi go dobry ortopedysta podług wskazówek chirurga. 2) Rozpulchnione, łatwo krwawiące dziąsła mogą mieć przyczynę miejscową (próchnienie zębów, kamień nazębny) i ogólną (choroby żołądka, niedokrwistość, choroba cukrowa etc.). Należy zatem koniecznie dać zbadać organizm przez lekarza. 3) **Licht-Mitin** Krewela. 4) Masaż. 5) W następnym numerze. 6) Będzie.

Zrozpaczonemu. Busko lub Solec. O warunkach pobytu, cenach mieszkań etc. najlepiej poinformują zarządy tych zdrojowisk.

Wyjeżdżającej po raz pierwszy. 1) Kissingen w Bawarji. Posiada cztery źródła lecznicze: „Rakoczy". „Pandur", „Soolsprudel" i „Zdrój Maksa".

Wszystkie one (głównie zaś pierwsze) stosowane są z pożytkiem w chorobach żołądkowych, zwłaszcza na tle nerwowem. Niezbędny warunek przy kuracji kissingeńskiej—zachowanie właściwej dyety, którą lekarz zdrojowy, po zbadaniu, określi. W Kissingen praktykuje latem kilku lekarzy — Polaków. 2) Szczegółowych informacji udzieli dyrekcja zakładu. 3) Puder mitinowy. 4) Nie wolno!

Dorastającej. 1) Mydło neutralne—woda ciepła. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Tylko lekarz. 4) Odrosną.

Matce. Połąga — najbliższy dojazd przez Libawę. Silny prąd fali i temperatura wody ta sama co w Ostendzie. Informacji w sprawie wynajmu mieszkań udzieli Zarząd zakładu.

Nerwowemu. 1) Hydropatja i elektryzacja. 2) Muiracitina z przepisu lekarza. 3) Da się wyleczyć. 4) Odrosną. 5) Nie wolno! 6) Na tle seksualnem.

Samotnej. 1) Faradyzacja włosów. 2) Raz na tydzień. 3) Tylko okulista. 4) W rozczynie sody. 5) Szkodliwy. 6) Bezwartościowy. 7) Kąpiele siarczane. 8) Skuteczne. 9) Można, lecz w jakim celu?

P. Antoninie A. 1) Masaż w danym przypadku przeciwwskazany. 2) Lichtmitin Krewela. 3) Mydło ichtyolowe. 4) W następnym numerze. 5) Można, 6) Olejek migdałowy.

Prenumeratorce z Bessarabii. 1) Nie używać pudru. 2) Bez mydła. 3) Krem mitinowy. 4) Preparat szkodliwy — zawiera ołów.

Romualdzie. 1) Radykalnie tylko prądem galwanicznym. 2) Elektryzacja.

Kaliszance. Myć głowę raz na dwa tygodnie w ciepłej wodzie i mydłem od łupieżu, przyczem pianę mydła należy wcierać w skórę głowy.

Przyjaciółce „Kosmetyki". 1) Mydło alkaliczne № II. 2) W dziale ogłoszeniowym. 3) Kąpiele siarczane.

Prenumeratorce od początku. 1) Zawiera ołów—szkodliwy. 2) Nie pudrować! 3) Mydło alkaliczne № II. 4) Raz w tygodniu.

Matce. Niech Sz. Pani przeczyta uważnie artykuł w numerze poprzednim.

P. Amelji J. w Rzymie. List otrzymaliśmy, nie możemy go jednak wydrukować, gdyż dyskusję w sprawie wiadomej zamknęliśmy. Z uwag przy sposobności skorzystamy. Cieszy nas bardzo, iż Sz. Pani odnosi tyle korzyści z czytania „Kosmetyki". Za słowa uznania i zachęty serdecznie dziękujemy.

Kołu czytelniczek w Irkucku. 1) Jeżeli apteki i perfumerje irkuckie nie mają na składzie preparatów mitinowych i farby „Kascha" — wyśle je za zaliczeniem jedna z aptek lub perfumerji warszawskich. 2) W dziale ogłoszeniowym. 3) Bezwartościowy. 4) Szkodliwy.

P. J. P. R. w Mandżurji. Preparaty te nabyć można w Charbinie lub we Władywostoku.

Smutnej wieśniaczce. 1) Litina i Trichobion. Sposób użycia w № 1 r. z. 2) Preparat bezwartościowy. 3) i 4) Przepisy były niejednokrotnie podawane.

P. P. S. w imieniu 5 interesowanych. W numerze następnym.

Prenumeratorce N. N. z Piotrkowa. Mydło piaskowe D-ra Saengera można nabyć w znaczniejszych perfumerjach.

P. B. Zakład zdrojowo-kąpielowy **Rymanów-Zdrój** w powiecie Sanockim w Galicji, położony jest nad poziomem morza **445** m., obfituje w szczawy słono alkaliczne, zawierające jod i brom. Położenie bardzo ładne wśród lasów szpilkowych, powietrze suche, zdrowe. Środki lecznicze: kąpiele mineralne, rzeczne, wody mineralne, gimnastyką lecznicza, ortopedja, masaż. Sezon trwa od Maja do Września.

Bliższych szczegółów co do warunków pobytu, cen etc. udzieli Zarząd Zakładu lub Krajowy Związek turystyczny w Krakowie.

NADESŁANE.

Redaktor i Wydawca **Dr. H. Zamenhof.** Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon **36 46.**